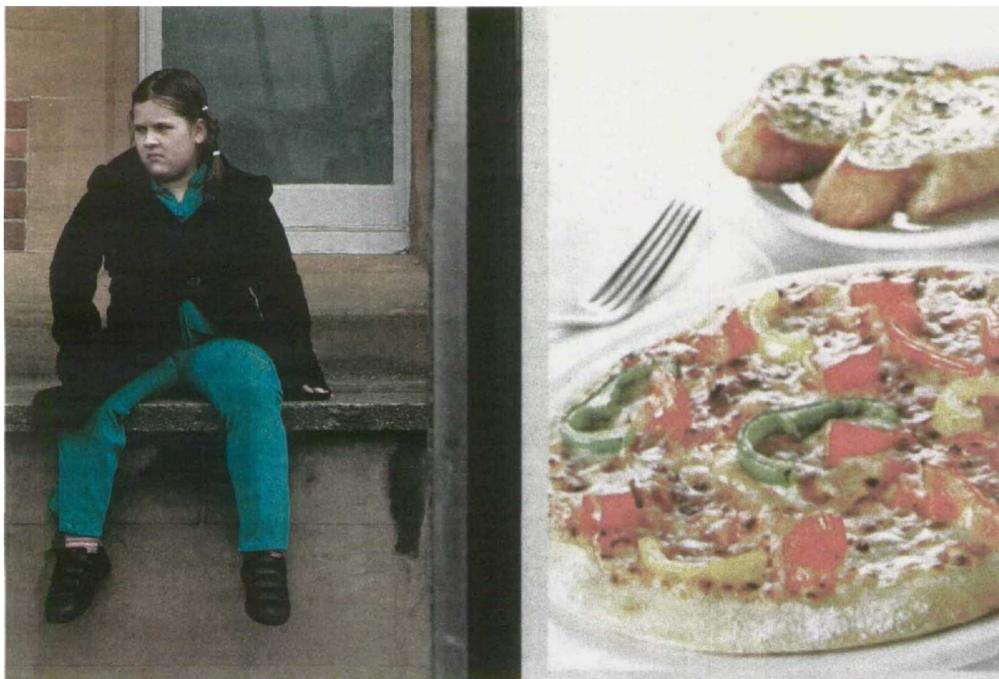




i

20-12-2012

Periodicidade: Diária
Classe: Informação Geral
Âmbito: Nacional
Tiragem: 80000
Temática: Saúde
Dimensão: 540
Imagem: S/Cor
Página (s): 26



Rapazes estão mais gordos que as raparigas, revela estudo da sociedade de ciências da nutrição ANTÓNIO PEDRO SANTOS

RETRATO DA OBESIDADE EM PORTUGAL

Crianças A prevalência de excesso de peso em Portugal é superior nas crianças mais novas, sendo de 57,6% até aos 2 anos, de 49,1% dos 3 aos 5 anos, de 31,9% dos 6 aos 9 anos e de 17,7% entre os 10 e os 13 anos. Os resultados mostram que as crianças e os adolescentes apresentam peso superior, altura inferior e índice de massa corporal superior aos valores de referência usados pela Direcção-Geral da Saúde, sendo esta prevalência mais elevada nos rapazes (32,5%) do que nas raparigas (24,6%).

Adultos O estudo mostra que entre os adultos 38,2% das mulheres e 64,5% dos homens têm excesso de peso, embora seja no sexo feminino que se regista maior risco cardiovascular (31% das mulheres e 28% dos homens) devido aos valores de perímetro da cintura.

Geografia Os Açores são a região com maior prevalência de excesso de peso entre as crianças e o Algarve a região com menor prevalência, segundo o estudo da Sociedade Portuguesa de Ciências da Nutrição e Alimentação. No que respeita aos adultos, os piores resultados encontram-se no Açores, na Madeira e no Alentejo.

Mais estudos O estudo da Sociedade Portuguesa de Ciências da Nutrição vai prosseguir com mais uma investigação sobre "ingestão alimentar" nas crianças que deverá estar pronto em Março. O trabalho permitirá, de acordo com a associação, identificar grupos de risco e analisar os motivos que levaram ao fenómeno da obesidade infantil.

Estudo nacional. Metade das crianças até aos 5 anos tem excesso de peso

Especialistas da Sociedade Portuguesa de Nutrição dizem que com a crise a tendência é para piorar. Entre a população adulta, os homens são os casos mais sérios

KÁTIA CATULO
 katia.catulo@ionline.pt

As crianças portuguesas estão gordas. E quanto mais novas mais gordas são. O excesso de peso ultrapassa os 57% nos bebés até dois anos, atinge os 49,1% entre as crianças dos três aos cinco anos, chega aos 31,9% na população infantil entre os seis e os nove anos e aos 17,7% entre os dez e os 13 anos. Mais de metade das crianças a viver em Portugal até aos cinco anos tem excesso de peso e revela índices superiores aos valores de referência usados pela Direcção Geral da Saúde – peso, altura e massa corporal. Os rapazes (com prevalência de 32,5%) são casos mais sérios que as raparigas (24,6%).

Os dados ontem divulgados são de um estudo nacional da Sociedade Portuguesa de Ciências da Nutrição e Alimentação, que revelam também que os adultos

estão igualmente desleixados. Sobre os homens. A investigação mostra que 64,5% da população masculina e 38,2% da população feminina tem excesso de peso. Apesar da disparidade entre os sexos, são as mulheres a registar um maior risco cardiovascular (31%). O perigo é inferior nos homens (28%).

Este é o panorama da obesidade em Portugal segundo o estudo da Sociedade Portuguesa de Ciências da Nutrição e Alimentação e a tendência pode ser para piorar nos próximos meses, avisa Maria Daniel Vaz de Almeida, uma das coordenadoras desta investigação. O fenómeno pode disparar com a crise: "Iremos assistir provavelmente a um aumento de obesidade, por causa dos produtos mais ricos em açúcar que são mais baratos. É um paradoxo, mas vai haver mais obesidade com as pessoas a comer pior, a optar por uma oferta alimentar com densidade energé-

tica muito elevada, mas mais barata que a fruta e os produtos hortícolas."

Mas o mais preocupante – alerta a especialista – são as crianças. Os mais novos correm maior risco de a obesidade se tornar crónica e "trazer com ela todo um cortejo de doenças associadas". O excesso de peso entre crianças e adolescentes é para Maria Daniel Vaz de Almeida o sinal mais evidente de que tanto o Estado como a sociedade civil falharam na prevenção: "Será necessária uma política que identifique a obesidade como um problema de saúde pública e sobretudo prevenir e parar antes que comece", diz a especialista, defendendo uma política integrada com vários ministérios. Fazer campanhas de sensibilização é pouco, critica a nutricionista, que defende ainda que o combate se deve centrar na oferta alimentar nas escolas e na promoção do desporto.

No início deste ano lectivo o governo apertou as regras nos bares escolares, tornando os alimentos pouco saudáveis mais caros e privilegiando saladas, sandes, frutas ou lacticínios, que devem estar mais expostos nas vitrinas dos bares. O plano das direcções-gerais de Educação e da Saúde determinou que produtos como massas folhadas, fritos, bebidas energéticas, barritas de cereais ou pastelaria podem subir até 20% o preço.

É um passo dado com o objectivo de reduzir a obesidade infantil, mas nem tudo são más notícias: o estudo da sociedade demonstra que entre os adultos se verificou um decréscimo de obesidade e excesso de peso nas mulheres. "Nos homens mantém-se a tendência ou sobe, sobretudo a partir dos 30 anos", conta a nutricionista. Há uma razão que pode explicar o fenómeno: "As mulheres estão sujeitas a uma maior pressão social quanto à imagem corporal e ao peso."